

第4回 みんなで考えよう!!! 「わかやま給食」グランプリ エントリーシート

わかやま給食

2023.07.17改訂

■ 当わかやま給食の特性

メ ニ ュ ー 名	応募スタイル部門:レシピ部門・一般部門 (※どちらかに「○」をしてください。 和歌山産太刀魚の太刀重(たちじゅう))		
応募者名(本人) ※企業・団体様は、 企業名・団体名	(株)フーズファイル	保護者名 ※企業・団体様は、 担当者様名	河村 誠
住 所	〒640-8287 和歌山県和歌山市築港3-33		
連絡先 ※携帯電話、可	072-422-3600	メールアドレス	foodsfile@gmail.com
学校名・園名		学 年	
アンケート ※当てはまる項目に ☑	☑給食の事、お家でお話しますか?	今日は、何が出たか。何が美味しかったか等を夕飯時に聞く事があります。 ☑した方へ、どのようなお話をしますか? 太刀魚・足赤海老・布引大根	
	☑地元の地場産品、知っていますか?	☑した方へ、どのような地場産品がありますか? 布引大根の混ぜごはん・ワカメとタケノコの煮物・フカの湯引き	
	☑地場産品を使った料理、知っていますか?	☑した方へ、どのような料理がありますか? 中学での給食はありませんでしたし、中学校給食があることを知りませんでした。	
	☑給食は、中学卒業までありましたか?また、中学校給食がないエリアがある事をご存じでしたか?	☑した方へ、思い出の給食メニューや給食にまつわる思い出はありますか?	
〈主食×副菜×主菜×牛乳・乳製品×果物〉に使用した食材の説明 ※但し、今回牛乳・乳製品は、牛乳とする。 ※調味料は地場産品としてカウントされませんが、どんどんご利用ください。	〈主食〉…炭水化物の供給源 ごはん(米)、パン、麺、パスタ等が主な材料の料理 和歌山産太刀魚・和歌山産米・和歌山産山椒の実・和歌山産生姜・湯浅醤油・料理酒・本みりん・砂糖	〈副菜〉…ビタミン、ミネラル、食物繊維の供給源 野菜、きのこ、いも、海藻、豆類(大豆を除く)などを主な材料にする料理	
	〈主菜〉…たんぱく質の供給源 肉、魚、卵、大豆、大豆製品等が主な材料の料理	〈果物〉…ビタミンC、カリウムの供給源 みかん、柿、桃、いちご、バナナ、キウイ、メロン、すいかなど	
メニューに使用した地場産品	和歌山産太刀魚・和歌山産米・和歌山産山椒の実・和歌山産生姜		

■ メニュー写真



アレルギー表示(28品目) ※使用している項目に☑

表示義務有	<input type="checkbox"/> えび <input type="checkbox"/> かき <input checked="" type="checkbox"/> 小麦 <input type="checkbox"/> そば <input type="checkbox"/> 卵 <input type="checkbox"/> 乳 <input type="checkbox"/> 落花生
表示を奨励 (任意表示)	<input type="checkbox"/> あわび <input type="checkbox"/> いか <input type="checkbox"/> いくら <input type="checkbox"/> オレンジ <input type="checkbox"/> カシューナッツ <input type="checkbox"/> キウイフルーツ <input type="checkbox"/> 牛肉 <input type="checkbox"/> くるみ <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> さけ <input type="checkbox"/> さば <input checked="" type="checkbox"/> 大豆 <input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> パナナ <input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> まつたけ <input type="checkbox"/> もも <input type="checkbox"/> やまいも <input type="checkbox"/> りんご <input type="checkbox"/> ゼラチン <input type="checkbox"/> アーモンド

■ 和歌山の地場産品を一部ご紹介

肉・魚・海藻類 他	熊野牛・熊野ポーク・熊野なます・熊野海老・紀の国みかんどり・すさみ豚・ジビエ肉(いのしし・シカ)・鯨・マグロ・かつお・太刀魚・足赤海老・芝海老・鱧・釜揚げしらす・鯖・アジ・マヒマヒ(シイラ)・鯛・ハマチ・鮎・若芽・ひじき 他
野菜・果物 他	キャベツ・白菜・大根・玉ねぎ・ほうれん草・小松菜・春菊・水菜・ブロッコリー・人参・しょうが・ピーマン・ししとう・冬瓜・山椒 他
調味料 他	醤油・金山寺味噌・米油・酢・山椒佃煮・生姜佃煮 他

■ 調理工程 ※出来る限り、細かく教えてください。

例) 鯖ませご飯：塩鯖を焼く→骨を取り除き、身をほぐす→温かいご飯に、ほぐした身を混ぜる→白ゴマをふりかけて、完成。
 <太刀重>

甘辛タレ…濃口醤油：料理酒：本みりん：砂糖(ザラメが理想)=1：1：1：1 で合わせ、加熱。砂糖が溶けるまで加熱。

魚卵山椒…先に作った甘辛タレの一部に、太刀魚の魚卵(魚卵袋はある程度取り除く)と少量の山椒の実を加え、加熱。魚卵に火が通ればOK。

太刀魚…太刀魚を三枚おろしにする→骨を取り除く→7cm程度にカットし、表面に軽く塩を振る→表面に片栗粉を付ける→170度程度の油で、サッと揚げる。**※加熱しすぎると固くなってしまいますので、注意。**→油をしっかりと切り、先に作っておいた甘辛タレの中に入れ(写真①)、太刀魚の表面を軽くバーナーで炙り、加熱。

ごはん…ごはんに、先に作っておいた魚卵山椒を混ぜておく。(写真②)

盛り付け…ごはんの上に、太刀魚を並べ、お好みで、大葉刻みと生姜甘酢をのせて完成。



■ 参加方法 **※申し込み期限：2023年09月30日(土)**

メールでの応募方法	当書類(Excel形式)に記載して頂き、以下のメールアドレスに、お送りください。 メールアドレス：foodsfiler@gmail.com
郵送での応募方法	当書類(Excel形式)に記載して頂き、プリントアウトした書類を、以下の住所にお送りください。 〒640-8287 和歌山県和歌山市築港3-33 (株)フーズファイル 河村宛
その他	不明な点等ございましたら、何なりとご質問くださいませ。 TEL:073-422-3600 FAX:073-422-3636 受付時間:月～金・9:00～17:00